

Conheça os parceiros e fique por dentro dos eventos da semana pelos vídeos no Instagram!
@CLUBECORREIOBRAZILIENSE

DeRose Method

DEROSE METHOD

Conheça um dos métodos mais tradicionais de meditação e yoga do mundo! E aproveite o desconto para assinantes do Correio Braziliense. Válido para o plano trimestral ou recorrente com pagamento no cartão de crédito

clube
CORREIO BRAZILIENSE
30%
DE DESCONTO*



ESPAÇO TERAPÊUTICO MAURA CHIATTONE

Acupuntura auricular, ventosaterapia, cone hindu, florais de Bach e cromoterapia para bem-estar mental em Brasília.

clube
CORREIO BRAZILIENSE
50%
DE DESCONTO*



FAST ESCOVA

Lago Norte, Asa Sul e VICente Pires
Aproveite seu desconto de assinante de segunda a quinta! Bonita sempre, sem hora marcada.

clube
CORREIO BRAZILIENSE
20%
DE DESCONTO*



SOCIEDADE VIPASSANA DE MEDITAÇÃO

Comece sua jornada de autoconhecimento com um dos métodos mais tradicionais de meditação. Não esqueça de utilizar seu desconto de assinante.

clube
CORREIO BRAZILIENSE
30%
DE DESCONTO*



Acesse o nosso site e veja as informações completas, além de todos os benefícios disponíveis

correio braziliense.com.br
/clubedoassinante

*Consulte as condições de cada benefício no site, só serão concedidos aos assinantes mediante apresentação do cartão digital Clube do Assinante: www.correio braziliense.com.br/clubedoassinante. Os benefícios ou impresso e de um documento de identificação do titular da assinatura. Central de Atendimento Assinante: (61) 3342-1000 - opção 3.

Essa semana:

Saúde mental e trabalho sem pausa, faz bem?

Muito se fala da geração workaholic, uma obsessão por trabalho que coloca a vida profissional à frente de todos os aspectos do cotidiano, como relação social, familiar e amorosa. A busca pela carreira dos sonhos pode ter como efeito colateral o trabalho excessivo, que afeta diretamente a saúde mental, aumentando os riscos em adquirir transtornos de ansiedade, burnout e até depressão.

Mesmo durante a corrida para conquistar a vida profissional dos sonhos, é essencial cuidar do bem-estar com terapias tradicionais ou alternativas. Meditações guiadas, aromaterapia e Reiki são algumas opções que podem auxiliar nesse processo.

A Sociedade Vipassana oferece um programa de redução de estresse baseado em meditação guiada, e o Espaço Terapêutico Maura Chiattonne trabalha com terapias alternativas, ambos sendo grandes aliados na jornada de autocuidado.

Sociedade Vipassana
61 98581-2057

Espaço Terapêutico Maura Chiattonne
61 98481-2187

Texto por Amanda Luz, Clube do Correio Braziliense.